非典型肺炎の予防措置

香港特別行政区政府衛生署

【よく聞かれる質問】

「ＳＡＲＳ（重症急性呼吸器症候群（非典型肺炎））とは何ですか？」

- ＳＡＲＳは急性の呼吸器感染症で、香港を含む世界各地で多くの症例が報告されています。新しい媒体による、非典型的な肺炎です。
- 香港の保健衛生当局及び関連機関は、ＳＡＲＳの拡大を防止するため、世界保健機関（ＷＨＯ）とも連携しつつ、共同で作業を進めています。
- ＳＡＲＳは、１メートル程度の近距離において、患者の呼吸器の飛沫又は呼吸器の分泌液との接触によって感染します。
- ＳＡＲＳの症状は、発熱（３８度以上）、悪寒、咳、息切れ、頭痛、筋肉のこわばり、全身の倦怠感などを伴います。
- 呼吸疾患の症状がある方は、直ちに医師に相談するとともに、マスクを着用してください。
- 早期に診断された患者のほとんどは、回復の兆候を示しており、そのうちすでに退院した方もいます。

「どのような予防措置を講じたらよいのですか？」

（身の回りを清潔にしておくこと）

- 咳やくしゃみをするときは、鼻や口をティッシュペーパーで覆い、すぐさま、そのティッシュペーパーを捨ててください。
- 液体石けんでこまめに手を洗う。
- 咳やくしゃみあるいは鼻をかんだ後はすぐに手を洗う。
- 目、口、鼻をさわる前には手を洗う。
- トイレに行った後は手を洗い、公共施設の設備に触れた後は、帰宅後手を洗い、使い捨て紙タオル又はハンド・ドライヤーで手を乾かす。
- タオルは他人が使ったものを使用しない。
- 食器は共用しない。
- 抵抗力を強める。バランスのとれた食事をとる。定期的に食事をし、十分に休養をとり、ストレスを少なくし、たばこは吸わない。

・　混雑した場所は避ける。

（家庭や職場を清潔にしておく）

・　家庭や職場は、最低一日一回、防菌剤又は液体洗剤を使ってきれいにする。全般的な清掃は、薄めた液体洗剤（洗剤１：水９９）を使い、清潔な水に浸したタオルで再度拭き取る。感染者が接触したと思われる箇所については、より濃い目の洗剤（洗剤５１：水４９）を使い、清潔な水に浸したタオルで再度拭き取るか、または、清潔な水ですすいだのち、乾燥させる。
・　時々、窓を開けて、屋内の換気を行う。空調機のメンテナンスを良くし、フィルター部分は頻繁に洗浄する。
・　トイレは清潔にする。液体石鹸、使い捨てタオル、ハンド・ドライヤーを備え付ける。

「家族、同僚、友人が感染した場合、どのように対処すればいいですか？」

・　ＳＡＲＳ患者は入院しなければなりません。
・　同居者、感染者を看護した方は、１０日間毎日指定された医療機関で、検査を受けなければなりません。
・　衛生署は、これらの医療検査におかれる方々に関する特別ガイドラインを公表する予定です。医療検査期間中は、仕事を休んで、自宅待機しなければなりません。また、真に必要がない限りは、自宅から外出もしてはいけません。外出しなければならない場合には、マスクを着用し、清潔な状態を保つ必要があります。
・　感染していない関係者（例：友人、同僚）が感染者と接触する場合には、別途提供される特定の情報とホットライン番号（での案内）に従ってください。これらの関係者で呼吸器疾患の兆候が現れた場合には、指定医療機関で診察を受けることをお勧めします。

【一般的なガイドライン】

（家庭において）

・　住居を清潔に保ち、室内の換気を良くする。
・　外出から戻ったら、手をよく洗う。
・　呼吸器疾患の家族を看護した場合、
　－もし体調が悪くなったら、すぐに医師の診察を受ける。
　－処方された薬を使用する等、医師の指示に従う。
　－十分な休養をとる。
　－身の回りを常に清潔に保つ。

－感染する機会を減らすためマスクを着用する。

（学校において）

・　病気の子供は学校や保育園で預からない。
・　子供が学校で病気になった場合、
－速やかに両親や保護者に連絡し、医師の診察を受けるようアドバイスする。
－病気の子供を正常な子供から離し、呼吸器疾患や発熱の兆候がみられたら、マスクを着用させる。
－呼吸器疾患の兆候が見られる子供と接触する際は、マスクを着用する。
・　学校は子供や職員の病欠記録を保存する。病欠者が増加した場合、
－病欠の子供の両親（保護者）や職員と連絡を取り、病欠の理由を確認する。
－類似の症状で多数の欠席者が生じた場合には、衛生署に通報する。
・　学校の設備・施設を清掃し、室内の良好な換気状態を維持する。

（職場において）

・　呼吸器に疾病の症状がある場合には、すみやかに医師に相談し、病休をとる。
・　もし職員がＳＡＲＳと診断された場合には、管理者は、速やかに他の職員及び衛生署に通知する。
・　職場を清潔にし、室内の良好な換気状態を維持する。

（レストラン、映画館、市場等の公共スペースにおいて）

・　呼吸器障害の兆候が見られた場合には、いかなる場合でもマスクを着用する。
・　食品の準備、取扱い（給仕）に関係する場合には、マスクを着用する。
・　液体石けんでこまめに手を洗う。
・　使用済みのティッシュペーパーは、ふた付きのゴミ箱の中に廃棄し、その後必ず手を洗う。
・　つばを吐かない。
・　トイレの施設は確実に清潔な状態を維持し、正常に作動することを確認する。液体石けん、及び使い捨ての紙タオル又はハンド・ドライヤーを備え付ける。

（マスクの着用）

・　マスクを適切に着用することにより、呼吸器の感染症を防ぐことができます。呼吸器に疾病の症状のある人、又は非典型肺炎患者であると確認された患者と緊密な接触をした人は、感染拡大の可能性を抑えるためにマスクを着用しなければなりません。確認された患者又は病院に患者を見舞う人もまた、マスクを着用しなければなりません。一般の方も、自らを保護するためにマスクを着用するのが望ましいでしょう。

・　マスクの着用前には手を洗いましょう。マスク製造社の取扱説明書に従い、付属のひもやゴムひもを使用して、マスクが確実にぴったりと顔に密着するようにします。
・　マスクの色つきの面が外側となるように着用し、鼻、口、及びあごを完全に覆うように着用します。漏れのないよう、マスクの中の金属製の棒を変形させて、鼻梁にしっかりと固定します。
・　外科手術用マスクは通常の環境で最低一日一回は取り替えましょう。使用済みのマスクはビニール袋に入れ、ビニール袋の口をきちんと閉め、ふた付きのゴミ箱に廃棄します。マスクがすり切れたり破損したりした場合にはすみやかに取り替えましょう。

より詳しい情報については、
２８３３　０１１１　衛生署の音声テープ健康情報ホットライン、又は
187 2222　　衛生署ホットライン（執務時間中）、又は
衛生署のウェブサイト　www.info.gov.hk/dh　をご覧ください。